

Childrens Program

– ett förebyggande stödprogram för barn 7-12 år med missbruk i familjen.



Alldeles för många barn till missbrukande föräldrar löper risk att utveckla ett eget missbruk. Childrens Program är ett beprövat förebyggande stödprogram som genom kunskaper, kommunikation och kärlek bidrar till att minska den risken, och som även stärker förälderns motivation att besegra sin egen beroendeproblematik.

Kan motverka både barnens missbruksrisk och föräldrarnas återfall

Barn som växer upp med missbruk i familjen löper enligt svensk forskning hela 4–7 gånger större risk att utveckla egen problematik i vuxen ålder.¹ Det kan motverkas på ett sätt som samtidigt även ger den missbrukande föräldern starkare insikt och motivation att undvika återfall.

Childrens Program riktar sig till familjer där det finns missbrukande förälder/föräldrar som har barn i åldrarna 7-12 år. Programmet lägger fokus på barnens behov men har visat sig fungera preventivt för föräldrarnas eget tillfrisknande.

1. Att växa upp med föräldrar som har missbruksproblem eller psykisk sjukdom – hur ser livet ut i ung vuxen ålder?
Anders Hjern, Arzu Arat, och Bo Vinnerljung vid CHES, Karolinska Institutet/ Stockholms Universitet.

Behov och inriktning

När man talar med anhöriga i samband med att någon i familjen har ett alkohol eller drogproblem glömmer man ofta bort att barnen också är anhöriga. Detta trots att barnen generellt får anses vara de som är mest utsatta och känsligast för påverkan. Ofta bär de här barnen på obearbetade känslor av skuld, skam och oro. Det är viktigt att de får hjälp.

Samtidigt kan man konstatera att även missbrukande föräldrar givetvis vill vara goda föräldrar åt sina barn. De vill också tala om barnens behov, men någon måste ibland hjälpa dem på traven. Här finns starka kärleksband och relationer, som i familjer med missbruk ofta behöver återupprättas eller förbättras på ett uttalat och öppet sätt.

Nyttan i korthet

Innehållet och upplägget i Childrens Program har flera syften och fördelar:

- Ge barnen kunskaper om beroendesjukdomen och insikter om att det inte är deras fel.
- Ge föräldern insikter om hur missbruket påverkat barnet, vilket ger kraft till det egna tillfrisknandet.
- Förebygga att barn i familjer med missbruk utvecklar eget missbruk senare i livet.
- Minska skuld och skam som barn i familjer med missbruk ofta bär med sig som belastning genom livet.
- Förbättra den missbrukande föräldrarnas relation till barnet som nära anhörig, och även med övriga familjen.
- Ge möjlighet att bearbeta känslor under längre sammanhållen tid.

Upplägg

Childrens Program omfattar fyra hela dagar av stödarbete. Allt under ledning av personal som är certifierade och utbildade i programmet.

Dag 1–2: deltar endast barnen.

Dag 3–4: deltar både barn och föräldrar.

Programinnehåll:

Dag 1: Beroende. Barnen får genom olika övningar och lekar kunskaper om beroendesjukdomen.

Dag 2: Känslor. Barnen får lära sig vad känslor är, att alla känslor är okey och hur man kan hantera sina känslor på ett bättre sätt.

Dag 3: Kommunikation, verktyg och trygghet. Under dagen får barn och föräldrar nya verktyg för att själva kunna må bra. Bland annat betonas vikten av trygga människor, trygga platser och att det är okej att be om hjälp.

Dag 4: Förståelse och förnyad relation. Barnen



och föräldrarna får visa varandra uppskattning, hitta nya sätt att kommunicera för att både situationen och relationerna ska bli bättre.

Förutom rent stödarbete innehåller programmet också en hel del lek och skoj.



"Nu vet jag att jag inte kan hjälpa min mamma, det får hon göra själv"

Flicka 7 år

"Det här programmet borde alla barn få tillgång till"

Förälder

"Känns skönt att sätta ord på min oro"

Flicka 12 år

Etablering och satsning på utbildning av nya ledare

Childrens Program har evidens i USA och funnits som ett verksamt och framgångsrikt program i närmare 40 år med huvudkontoret på Betty Ford Center i Kalifornien. Programmet går helt i linje med uppfattningen att missbruk är en familjesjukdom, vilket även WHO sedan länge har fastslagit.

I Sverige är stöd till barn i familjer där det förekommer missbruk och beroende ett prioriterat område, efter ett regeringsinitiativ år 2007

Efter drygt tre års genomförande av programmet i Sverige, med tillhörande forskning av Örebro universitet, bidrar nu Arvsfonden med stöd för en stor utbildningsinsats för att det ska bli

möjligt att fler ska kunna utbilda sig till instruktörer av Childrens Program i vårt land.

Med en spridning av programmet och en utökat möjlighet att utbilda sig till ledare av programmet, kommer behandlingshem, öppenvårdsavdelningar och socialtjänsten få tillgång till ett program som tar barnen som lever i familjer med missbruk på fullaste allvar.

Kontakta oss

Välkommen att kontakta oss för mer information och besök gärna vår hemsida;
www.childrensprogram.se

Huvudman för utbildningsprojektet Childrens Program är Barnombudet i Uppsala län.

Childrens Program, Sverige

Lars Lewerth, projektledare
070-592 93 93

Helén Olsson, utbildningsledare
070-533 19 66

info@childrensprogram.se

www.childrensprogram.se

